

RÉSUMÉ DE L'ÉTUDE

Introduction : La lombalgie est actuellement un véritable problème de santé publique en France. Les recommandations scientifiques préconisent l'exercice thérapeutique comme traitement de référence. Cependant, la réussite d'un tel traitement repose sur l'observance des patients. Celle-ci est entravé par plusieurs barrières qui la rendent insuffisante et brident ainsi le potentiel du traitement. Le Mechanical Diagnosis and Therapy (MDT) repose sur l'autonomisation du patient afin de lui donner les moyens de gérer lui-même ses douleurs. L'objectif de cette recherche est de faire un état des lieux sur les facteurs influençant les patients lombalgiques chroniques traités par le MDT.

Matériel et méthode : Nous avons diffusé un questionnaire de satisfaction à 49 kinésithérapeutes certifiés MDT en France, afin que leurs patients éligibles et volontaires y répondent. Les données ont été recueillies entre le début du mois de décembre et le début du mois de mars puis analysées sur le logiciel Excel.

Résultats : 51 réponses ont été retenus pour l'analyse. En moyenne, les répondants réalisent leur auto-exercices 2,65 fois par jour (écart type = 1,1 ; médiane = 3) soit un taux d'observance de 66,25%. Le niveau moyen de satisfaction est de 8,65 (écart type = 1,29 ; médiane = 9).

Discussion : L'observance thérapeutique semble être influencée par beaucoup de facteurs comme les facteurs liés à la pathologie (intensité et durée des douleurs), les facteurs personnelles (âge, sexe, activité professionnelle) et surtout par le niveau satisfaction. Du point de vue de cette étude, la satisfaction semble être le facteur majoritaire dans l'influence de l'observance bien que nous ne les avons pas tous étudié. Une étude prospective sur une durée de plusieurs mois à plus grande échelle pourrait donner à notre problématique un niveau de preuve plus solide.

Mots clés : exercices à domicile, lombalgie commune chronique, MDT, observance.

ABSTRACT

Introduction: Low back pain is currently a real public health problem in France. Scientific recommendations recommend therapeutic exercise as the reference treatment. However, the success of such treatment relies on patient compliance. This is hampered by several barriers that make it insufficient and thus curb the potential of the treatment. Mechanical diagnosis and therapy (MDT) is based on empowering the patient to give him the means to manage his pain himself. The objective of this research is to make an inventory of the factors influencing chronic low back pain patients treated with MDT.

Method: We distributed a satisfaction questionnaire to 49 physiotherapists certified MDT in France, so that their eligible and voluntary patients could answer it. The data was collected between the beginning of December and the beginning of March and then analyzed using Excel software.

Results: 51 responses were retained for analysis. On average, the respondents perform their self-exercise 2.65 times a day (standard deviation = 1.1; median = 3), whether a compliance rate of 66.25%. The average level of satisfaction is 8.65 (standard deviation = 1.29; median = 9).

Discussion: Therapeutic compliance seems to be influenced by many factors such as factors related to the pathology (intensity and duration of pain), personal factors (age, sex, professional activity) and especially by the level of satisfaction. From the point of view of this study, satisfaction seems to be the major factor in influencing compliance, although we have not studied them all. A prospective study over a period of several months on a larger scale could give our problem a more solid level of proof.

Keyword: home exercises, chronic non-specific low back pain, MDT, compliance.

